

İDMANDA QƏLƏBƏ VƏ MƏĞLUBİYYƏT PSIXOLOGİYASININ TƏRBİYƏVİ TƏSİRİ

A.T. Əliyeva

Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası
aytan.aliyeva2@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-5167-0085

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 17 aprel 2023

Dərc olunub: 23 iyun 2023

© 2021 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Annotasiya. Qələbə qazanmaq üçün ehtiraslı arzu həmişə özünə inam, güclü iradə və inkişaf etmiş özünü təşkil etmək və özünü idarə etmək qabiliyyəti ilə dəstəklənir, bu, xüsusilə bərabər və ya üstün rəqiblə mübarizənin çətin vəziyyətlərində rəqiblər üçün zəruridir. Qələbə heç vaxt zəifləmə gəlmir, bu, özlüyündə təsadüfi deyil, lakin gözlənilməz qəza qələbənin əldə olunmasına mane ola bilər və ya əksinə, onu daha zəif rəqibə bəxş edə bilər.

Açar sözlər: *qələbə, idman, məğlubiyyət, rəqib, inkişaf.*

Yarışda qələbə ictimaiyyət tərəfindən obyektivləşdirilmiş, idman hakimləri tərəfindən qeydə alınmış, idmançıların yarışın qaydalarına uyğun olaraq rəqiblə birbaşa rəqabət mübarizəsində göstərdiyi uğurlu nəticədir. Qələbə və idman idman fəaliyyətinin mənasını və hədəf istiqamətini əks etdirən, ayrılmaz şəkildə vahid bir bütövlükdə birləşdirilən iki anlayışdır. Hər bir insan genetik olaraq yaşamaq üçün yarışmaq üçün proqramlaşdırılmışdır.

İstənilən növ ictimai fəaliyyətdə həyati uğura, uğurlu peşəkar karyeraya və daha çox idman yarışında qələbəyə nail olmaq obyektiv və subyektiv çətinlikləri, o cümlədən eyni məqsədlər güdən digər insanların və təşkilatların müqavimətini fəal şəkildə dəf etmədən mümkün deyil. Ona görə də “qaliblərin” tərbiyəsi idmanın son dərəcə mühüm sosial-pedaqoji funksiyasıdır.

Lakin nəzərə almaq lazımdır ki, istənilən idman yarışında təkə qalib deyil, həm də məğlub olanlar olur. Deyəsən, uduzanlar və autsayderlər idmanı tərk etməlidirlər, amma getmirlər, dönə-dönə yarışa hazırlaşır və başlayırlar. Deməli, idmanda qaliblər də, mükafatçılar da,

idman yarışlarının iştirakçıları da olur, uduzan da olur, amma uduzan yoxdur. Məğlubiyyət və ya məğlubiyyət əsl idmançıları gələcək qələbəyə həvəsləndirir. [3]

İdman psixologiyasının əsasını uğur qazanmaq motivasiyası, bərabərliklə yarışda birinci olmaq istəyi təşkil edir. Burada nəzərə almaq lazımdır ki, hər bir idmançı həm özü ilə, həm də təbiət ünsürləri ilə, zaman və məkan, ağırlıq və ya çəkisizlik və s., yəni onun keçməli olduğu xarici maneələr və daxili çətinliklərlə rəqabət aparır. Bu, idmanın ruhlandırıcı və təbiiyədici gücünü göstərir. Hər bir idmançı, hətta yarışlarda mükafat almasa belə, həmişə yalnız rəqibləri üzərində qələbəyə deyil, həm də şəxsi nəticəsinə diqqət yetirir. Yarışlarda şəxsi və ya komanda nəticələrinin yüksəldilməsi idmançıları və məşqçiləri qane edirsə, bu, qələbə olmasa da, uğur kimi qiymətləndirilir, qələbəyə doğru daha bir addımdır. [2,4]

İdmanda qalibin psixologiyası

Qələbəyə nail olmaq idmançıdan həm hazırlıq prosesində, həm də birbaşa yarışda fiziki və əqli ehtiyat imkanlarını maksimum səfərbər etməyi tələb edir. Qalib əldə etdiyi uğurdan ən yüksək daxili məmnunluğu yaşayır, çox vaxt uğura görə təkə məşqçiyə, özünə, ona mənəvi kömək edən idman həvəskarlarına deyil, həm də Yer in və Cənnətin ali qüvvələrinə (“katarsis”) təşəkkür edir. Bu yüksək hisslər vəziyyəti idmançının fərdi “mən”inin özünü təsdiqini xarakterizə edir ki, bu da komanda qələbəsi qazandıqda kollektiv “Biz”ə bərabərdir. “Biz” hissini qalib idmançı komanda, komanda, öz idman klubu, yəni idmançının mənsub olduğu cəmiyyət və rəqiblərinə qarşı qoyduğu üzvlüyü ilə birlik hissi kimi yaşayır - “Onlar”.

Beynəlxalq və ya planetar miqyasda yarışların qalibi üçün ən yüksək mənəvi dəyər kimi vətənpərvərlik hissləri bu “Biz” hissini Və-

tən qarşısında əldə etdikləri uğurdan məmnunluq hissi ilə taclandırır. Qədim mənəvi idmanın olimpiya ideallarında olan idmanın ən yüksək mənəvi dəyərləri ilə belə birlik, idmanın tərəqqini izləyən idman həvəskarları, indi, peyk yayımı dövründə, onlar üçün daha az təcrübəlidir. Bütün planet bir stadiondur. İdman yarışının gedişatını seyr edən idman həvəskarı özünü yarışın iştirakçıları ilə, qəhrəman-qaliblə əlaqələndirir ki, bu da idmançılara idman tamaşası və çıxışının nəticəsini təkcə şəxsi deyil, həm də ictimai əhəmiyyətli, mülki və siyasi mənə.

Qalibin duyğuları və hissləri idmançının özü, komandası, ölkəsi üçün keçirdiyi qürurla xarakterizə edilə bilər. İctimaiyyətlə mükafatlandırılan zaman qalib idmançı özünə kənarından baxır, özünə heyran qalır. Eyni zamanda o, dərin mənəvi məmnunluq yaşayır ki, bu da ona yaşanan çətinliklərin və arzuladığı qələbəyə gedən yolda öhdəsindən gəlməli olduğu çətinliklərin mənəvi kompensasiyası verir. Elm adamları bunu müasir yüksək məhsuldar idman növlərinin yaranmasının əvvəlində başa düşdülər. Beləliklə, məsələn, 1911-ci ildə sərbəst gülüş, çaydan qaldırma və at yarışı üzrə ilk rus həvəskar idmançılarından biri, Sankt-Peterburq psixiatri V.F. Bununla belə, idmanın psixikamız üçün böyük əhəmiyyətini sübut etmək, sübut etmək çətin deyil [1,2].

Halbuki hər şeyin bir ölçüsü var. Həddindən artıq özünə heyranlıqla, qalib rəqiblərinə və hətta yoldaşlarına hörmətsizlik göstərmək təhlükəsi ilə üzləşir, "ulduz xəstəliyi" yaranır. Özünü tənqid, öz imkanlarının ayıq qiymətləndirilməsi qalibə şöhrət tələlərindən qaçmağa və sonrakı yarışlarda iştirak etmək üçün özünü səfərbər etməyə imkan verir. Təkəbbürlü idmançı çox keçmədən əvvəlki yarışma qabiliyyətini itirir, bu da idmanda qalib gəlməyin əks tərəfidir.

İdmanın kommersiyalaşdırılması və yüksək məhsuldar idman növlərinin peşəkar fəaliyyətə çevrilməsinin müasir şəraitində idman nəticələri əmtəyə çevrilmiş, beynəlxalq və ya kommersiya yarışlarında idman qələbəsinin qiyməti kəskin şəkildə artmışdır. Xüsusilə uşaq idman məktəblərində çalışan məşqçilər üçün bunu nəzərə almaq vacibdir. Təhsildə, görkəmli sovet müəllimi A. S. Makarenkonun

dediyi kimi, xırda şeylər yoxdur. Gənc idmançının psixikası medianın mənfi və korlayıcı təsirlərinin güclü təsiri altındadır, məşqçi də bunu nəzərə almalıdır, çünki o, öz tələbələrini yalnız kommersiya idmanı üçün yetişdirirsə, onların əksəriyyəti üçün idmanda qələbə qazanacaq. idmandan sonra həyatda mənəvi çöküşə çevrilir. Olimpiya medalı heç bir halda xoşbəxt ailə həyatının və ya təqaüdü çempionun alkoqolizmdən qorunmasının təminatı deyil. [5]

Peşəkar kommersiya idman növləri tez-tez idmançılarını və onların məşqçilərini yarışların qaydalarını və idmanın saflığının mənəvi prinsiplərini pozmağa, gizli dopinqə, rəqibə və ya idman hakiminə rüşvət verməyə və s. sövq edir. hər şey!" "Hər şey qələbədir!" çağırışı qüvvəyə minir. Ancaq nəyin bahasına olursa olsun qələbə, təcavüzün (xarici və daxili) prioritetliyi, "fair-play" (fair-play) mənəvi prinsiplərinin rədd edilməsi deməkdir ki, bunun da birbaşa nəticəsi qısagörən bir idmançı üçün təkcə itkisi ola bilməz. sağlamlıq və şəxsi prestij, lakin bəzən dopinq, zədə və ya cinayət işi nəticəsində həyat itkisi. Bu, ən yüksək nailiyyətlərin müasir kommersiya idmanının anti-insan və anti-mənəvi mahiyyətidir, idmanla olimpiya dəyərlərinin alçaldılmasına və unudulmasına, onun mənəvi, pedaqoji, əxlaqi və tərbiyəvi dəyərinin itirilməsinə gətirib çıxarır. İdmanın kommersiyalaşdırılmasının müasir şəraitində ixtisaslı müəllim-məşqçinin, xüsusən də idmanı təbliğ edən, yarışlar təşkil edən, gənclər idmanını idarə edənlərin rolu xüsusilə böyükdür. Onların vəzifəsi onlara yalnız ədalətli mübarizədə qələbə qazanmağı öyrətmək, qaliblərə və mükafatçılara pul mükafatları və rüsumlar üçün çıxışların nəticələrini yalnız inkişaf və özünü təkmilləşdirmək üçün yeni təcrübə və biliklər verən həyat dərsləri kimi qəbul etməkdir; idmanda gələcək ədalətli qələbələrə gedən yolu asanlaşdırmaq. Gənclərin idmanına nəzarət edir. Onların vəzifəsi onlara yalnız ədalətli mübarizədə qələbə qazanmağı öyrətmək, qaliblərə və mükafatçılara pul mükafatları və rüsumlar üçün çıxışların nəticələrini yalnız inkişaf və özünü təkmilləşdirmək üçün yeni təcrübə və biliklər verən həyat dərsləri kimi qəbul etməkdir; idmanda gələcək ədalətli qələbələrə gedən yolu asanlaşdırmaq. gənclərin id-

manına nəzarət edir. Onların vəzifəsi onlara yalnız ədalətli mübarizədə qələbə qazanmağı öyrətmək, qaliblərə və mükafatçılara pul mükafatları və rüsumlar üçün çıxışların nəticələrini yalnız inkişaf və özünü təkmilləşdirmək üçün yeni təcrübə və biliklər verən həyat dərsləri kimi qəbul etməkdir; idmanda gələcək ədalətli qələbələrə gedən yolu asanlaşdırmaq [2, 3, 4].

Qələbəyə nail olmaq idmançının yarışlara əldə etdiyi fiziki, texniki və psixoloji hazırlıq səviyyəsi ilə eyni səviyyədə baş verir və yarışın başlamasından çox əvvəl baş verən, lakin xüsusilə ağırlaşan rəqabət stresinin mənfi nəticələrini aradan qaldırmaq qabiliyyətindən birbaşa asılıdır. onun zamanı. İctimai yarışların vəziyyətinin, tamaşaçıların reaksiyalarının, uğursuz duelin təsiri altında stressin dərinliyi əhəmiyyətli dərəcədə arta bilər. İdmançı qalib gəlmək qabiliyyətinə inamını itirə bilər, passivləşir, ləngiyə bilər və döyüşmədən özü də qələbəni rəqibinə etiraf edə bilər. Odur ki, məşqçilər hər bir idmançıya stress və özünə inamsızlığı aradan qaldırmağı öyrətməlidir. Məşqçiliyin ən yüksək sənəti bu problemi idmançılarla birlikdə həll etməkdir,

Qələbə qazanmaq üçün ehtiraslı arzu həmişə özünə inam, güclü iradə və inkişaf etmiş özünü təşkil etmək və özünü idarə etmək qabiliyyəti ilə dəstəklənir, bu, xüsusilə bərabər və ya üstün rəqiblə mübarizənin çətin vəziyyətlərində rəqiblər üçün zəruridir. Qələbə heç vaxt zəiflərə gəlmir, bu, özlüyündə təsadüfi deyil, lakin gözlənilməz qəza qələbənin əldə olunmasına mane ola bilər və ya əksinə, onu daha zəif rəqibə bəxş edə bilər [1].

İdmanda qələbə həmişə bir idmançının ən azı bir fitness komponentində digərindən üstün olmasının nəticəsidir. Eyni zamanda, idmançının yarışlara psixoloji, mənəvi və iradi hazırlığı artıq önə çıxıb, bu, sinifdən kənar idmançıların fiziki-taktiki və texniki hazırlıq səviyyələrinin nisbi bərabərliyində həlledici amildir.

Müasir idmanda daha tez görünən, rəqiblərini daha tez eşidən, əqli cəhətdən yaxşı hiss edən və işləyən, özünün üstünlüklərini və rəqibin mümkün zəif tərəflərini təsəvvür edən və anlayın, sonra isə bu biliklərdən güləşin gedişində taktiki cəhətdən səriştəli şəkildə istifadə

edən qalib gəlir. Bu, təkcə futbolçular, gimnastlar və ya ralli yarışçıları üçün deyil, həm də şahmat idman növləri üçün xarakterikdir. İdmanda qələbə qazanmağın əsas şərti idmançının hərtərəfli ümumi fiziki və xüsusi texniki və taktiki hazırlığıdır, burada əsas diqqət hərtərəfli düşünməyə mənəvi-iradi və əqli hazırlığı xarakterizə edən şəxsi keyfiyyətlərin inkişafına yönəldilir. -out, aktiv-yaradıcı güləş. İdman fəaliyyətində dahi ayrı-ayrı idmançıların hətta yarış başlamazdan əvvəl rəqiblərini məğlub etmək bacarığıdır, yəni.

Müsabiqədə uduzan şəxsin psixologiyası

Hər idman tədbirində yalnız bir güclü üzə çıxır - bu qalibdir. Bir çox digər iştirakçılar məğlubiyyətin acısını yaşamağa məcbur olurlar. Müsabiqənin son həlledici mərhələsində uğursuzluqlar xüsusilə kəskin olur. Onlar, bir qayda olaraq, bir məşqçi, psixoloq, həkim və komanda yoldaşlarının köməyi olmadan idmançının aradan qaldırılması olduqca çətin olan dağıdıcı stress vəziyyətinə səbəb olur (sıxıntı) [5, 6].

İştirakçıların daxili vəziyyətindən asılı olaraq, itirmə təcrübələri və düşüncələri kəskin emosional rəngə və şiddət dərəcəsinə malik ola bilər. Bəziləri çox güclülər arasında sonuncu olmadıqları ilə kifayətlənə bilər; digər iştirakçılar ilk onluğa və ya ilk beşliyə girə bilmələrini nailiyyət hesab edə bilərlər. Nəhayət, müsabiqənin digər iştirakçıları arasında tutduğu yerdən asılı olmayaraq, şəxsi nəticələrinin yaxşılaşmasından razı qalanlar da var.

Məğlubiyyət təcrübəsi, beləliklə, müxtəlif çalarlara və intensivliyə malik ola bilər, şüurda müxtəlif yollarla dramatizə edilə bilər və idmançı tərəfindən ya məğlubiyyət və ümidlərin dağılması, itki və ya uğursuzluq, ya da səhv, təsadüfi uğursuzluq kimi qəbul edilə bilər. İştirak faktı və yeni idman təcrübəsi əldə etmək və s. İdmançının yarışın mümkün xoşagəlməz nəticəsi ilə necə əlaqəsi onun startda motivasiyasının xarakterindən asılıdır ki, bu da onun iki növü ilə ifadə olunur - uğur qazanmaq motivasiyası və ya ona qarşı çıxan uğursuzluqdan qaçmaq üçün motivasiya. İdmançının şüurunda hansı motivasiya üstünlük təşkil edir? Bu, məşqçinin yaxşı bilməli olduğu idmançı-

nın istək səviyyəsindən və rəqabət təcrübəsindən asılıdır.

Uduzan şəxsin özündən, bəzi hallarda isə məşqçisindən, komandasından narazılığını ifadə edən bir sıra mənfi emosiyalar yaşadığı dənilməzdir. Mahiyyəti real şəkildə planlaşdırılan məqsədlərə çatmamaqda olan bu daxili münaqişə vəziyyətinə məyusluq deyilir. Məyusluq vəziyyətinin şiddət dərəcəsi ictimai qiymətləndirmə qorxusu ilə artır və xüsusən də məğlubiyyət bu sinif idmançıları üçün qeyri-adi olan gülünc bir səhvin nəticəsidir. Məhz buna görə uduzanların göz yaşlarını, qalıbların göz yaşlarından qat-qat tez-tez görmək olar. Davamlı və ya çox tez-tez uğursuzluqlar insanın öz motivasiyanı zəiflətmək, idmançının özünə hörmətini və idmana marağını azaltmaq kimi ciddi təhlükə ilə doludur, nəticədə, guya həmişə “şər taleyi”nin arxasınca düşmüş uduzan psixologiyasını formalaşdırır. Belə idmançılar haqqında deyirlər - "o pozuldu". Buna görə də məyusluğa dözümlülüyün tərbiyəsi idmançıların psixoloji hazırlığının zəruri və vacib vəzifəsidir.

Yarışda uduzmağın müsbət tərbiyəvi təsiri idmançının özünün “İmkanlar. Hər şey təhlil edilməlidir - ilk növbədə, öz iradəsi, əldə edilən sənətkarlıq səviyyəsi və bütün təlim sistemi. Məşqçi öz idmançıları belə təhlilə sövq etməyə, uğursuzluqların səbəblərini idmançılarla müzakirə etməyə borcludur - məşqçinin tərbiyəvi funksiyasının mahiyyəti budur.

Çox vaxt uduzanlar itkinin səbəblərini özlərində deyil, xarici əlverişsiz şəraitdə axtarırlar, uğursuzluğu məşqçi, hava, inventar, təsadüfi hallarla əlaqələndirirlər və komanda idmanlarında oyun tərəfdaşları çox vaxt belə bir "günah keçisi" olurlar. Beləliklə, münaqişə ehtimalı yaranır - intrapersonal (idmançı və onun daxili "mən") və ya şəxsiyyətlərə (komanda və ya məşqçi ilə idmançı). Nəticə etibarilə, idmançının zehninə məşqçi tərəfinin daimi monitorinqinə və pedaqoji korreksiyasına ehtiyacı var ki, bu da idmançıların daha yüksək rəqabət qabiliyyətli emosional sabitliyinə nail olmağa kömək edir. Buna idmançının təkbəşinə nə etməyə borclu olduğunu, məşqçinin, psixoloqun və ya komanda yoldaşlarının köməyi ilə nə edə biləcəyini təhlil etmək və obyektiv qiymətləndirmək kömək edə bilər.

Müsabiqənin nəticələrinin təhlili idmançıya səhvlərini, zəif tərəflərini göstərməli, özünü təkmilləşdirməyə müsbət təsir göstərməlidir. Bu, məşqlərə düzəlişlər etməyə, yarışlara hazırlıq zamanı zəif cəhətləri aradan qaldırmağa imkan verəcəkdir.

Səhvləri və məğlubiyyətin səbəblərini aydın başa düşmək həmişə idmançının qarşıdakı yarışlarda uğur qazanmaq üçün səfərbər olmasına kömək edir. Məğlubiyyətdən sonra yaranan mənfi psixo-emosional vəziyyət mümkün qədər tez aradan qaldırılmalıdır. Əks təqdirdə, bütün hazırlıq kursuna mənfi təsir göstərəcəkdir. Hər növ keçid, istirahət və təkliflər, kompensasiya fəaliyyəti və istirahət, əyləncə, mühazirələr və hazırlıq səviyyəsinin artımının əyani nümayişi, habelə birgə mədəni asudə vaxtın təşkilindən ibarət olan aktiv qrup emosional identifikasiyası buna kömək edə bilər. Bu üsullardan istifadənin bilavasitə məqsədi məyusluğun qarşısını almaq, zehni enerjini və fərdin əvvəlki özünə hörmət səviyyəsini bərpa etməkdir [1].

Azarkeşlər

"İdman ağrısı" - psixoloji olaraq, insanlar tərəfindən (xüsusilə böyük qruplarda) təcavüzün sərbəst buraxılması üçün ən açıq kanallardan biridir. Azarkeşləri müşayiət edir:

- Həyəcan (idman yarışı zamanı)
- Qürur hissi (qələbə olarsa)
- Sevinc və euforiya (qələbə olarsa)
- Məyusluq və nifrət (məğlub olarsa)

Azarkeşlər hər matçı kiçik müharibə kimi qəbul edirlər. Məsələn, futbol terminologiyası "hücum", "geri zərbə", "A komandası B komandasını məğlub etdi" və s. Hər oyun bizim "bizimki deyil"lə kiçik bir döyüşümüzdür. Ola bilsin ki, insanlar müharibədə, döyüşlərdə susuzluğunu bir az da bu yolla yatırırlar.

Azarkeş üçün idman həm də konsentrasiyası və anlıq xarakteri ilə seçilən bir növ emosional dərmandır. Bir azarkeş dedi: "Hər kəs başı ilə yaşamır, bəziləri emosiyalarla yaşayır, futbol vaxt vahidinə çoxlu duyğular verir".

İnsanların sevimli komandasının və ya idmançısının qalib gəlməsini gözlədiyi təqdirdə, duyğular daha güclüdür. Həm də sinir gər-

günlüyü.

Bir futbol azarkeşinin dediği kimi: "İsveçlə Rusiyaya baxarkən, demək olar ki, bir yarım qutu siqaret çəkdim."

Qələbə halında vəziyyət - sadə sevincdən demək olar ki, sonsuz xoşbəxtliyə qədər. İnsanlar bayraqları dalğalandırır, mahnı oxuyur və ya qışqırır, küçələrdə rəqs edir, emosiyaların üst-üstə düşməsi və atılmaq istəməsi. Duyğular çox vaxt alkoqolun çox istehlakı ilə gücləndirilir.

İdmanın sosial gərginliyi aradan qaldırmağın ən yaxşı yollarından biri olduğuna inanılır.

Azarkeş üçün idman həm də konsentrasiyası və anlıq xarakteri ilə seçilən bir növ emosional dərmandır. Bir azarkeş dedi: "Hər kəs başı ilə yaşamır, bəziləri emosiyalarla yaşayır, futbol vaxt vahidinə çoxlu duyğular verir" [1,2].

ƏDƏBİYYAT

1. Portnıx Yu.I. *İdmanda qələbələrin və məğlubiyyətlərin psixologiyasının tərbiyəvi təsi-*

ri. Vestnik BPA. Problem. 42. 2011, s. 37-44.

2. Китаева Е.М. *Агрессивность в боксе и ее детерминированность гендерными и возрастными факторами.* Экстремал. Деятельность человека. 2014, № 1, с. 19-22.

3. Алексеев В.Ю. *Интегральная характеристика соревновательной надежности юных спортсменов.* В.Ю. Алексеев, В.В. Маркелов Физ.культура: воспитание, образование, тренировка. 2015, № 4, с. 41-43.

4. Багнетова Е.А. *Гигиена физического воспитания и спорта.* Курс лекций. Е.А. Багнетова. М.: Феникс, 2016, 256 с.

5. Гогунев Е.Н. *Психология физического воспитания и спорта.* Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартыанов. М.: Академия, 2016, 224 с.

6. Огородова Т.В. *Психология спорта.* учеб. Пособие. Т.В. Огородова; М-во образования и науки РФ, Ярослав. гос. ун-т им. П.Г. Демидова. Ярославль: ЯрГУ, 2013, 118 с.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ ПСИХОЛОГИИ ПОБЕДЫ И ПОРАЖЕНИЯ В СПОРТЕ

А.Т. Алиева

Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта
aytan.aliyeva2@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-5167-0085

Аннотация. Страстное стремление к победе всегда подкрепляется уверенностью в себе, сильной волей и развитой самоорганизацией и самообладанием, что особенно необходимо спортсменам в трудных ситуациях борьбы с равным или превосходящим соперником. Победа никогда не приходит к

слабому, она сама по себе не случайна, но неожиданная случайность может помешать победе или, наоборот, отдать ее более слабому противнику.

Ключевые слова: победа, спорт, поражение, соперник, развитие.

**THE EDUCATIONAL EFFECT OF THE PSYCHOLOGY
OF WINNING AND LOSING IN SPORTS****A.T. Aliyeva**

Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport
aytan.aliyeva2@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-5167-0085

Annotation. The passionate desire to win is always supported by self-confidence, strong will and developed self-organization and self-control, which is especially necessary for competitors in difficult situations of fighting an equal or superior opponent. Victory

never comes to the weak, it is not accidental in itself, but an unexpected accident can prevent victory or, conversely, give it to a weaker opponent.

Keywords: *victory, sport, defeat, opponent, development.*